

ハンモックエクササイズ6月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
						10:30 Jun ファンダメンタル ベーシック
						15:50 Midori ファンダメンタル ミックス
2	3	4	5	6	7	8
11:00 Nozomi ファンダメンタル ミックス	12:30 Marie ファンダメンタル ベーシック	10:30 Izumi リストラティブ★		12:35 Yoriko ファンダメンタル★ ベーシック		10:30 Koto ファンダメンタル ベーシック
		20:05 Kaoru ファンダメンタル ミックス		20:10 Naomi リストラティブ		15:50 Midori ファンダメンタル★ ベーシック
9	10	11	12	13	14	15
11:00 Nozomi ファンダメンタル ベーシック	12:30 Marie リストラティブ	10:30 Izumi ファンダメンタル ミックス		12:35 Yoriko ファンダメンタル ミックス		10:30 Jun リストラティブ
		20:05 Kaoru ファンダメンタル★ ベーシック		20:10 Emiko ファンダメンタル ミックス		15:50 Midori ファンダメンタル ミックス
16	17	18	19	20	21	22
11:00 Nozomi ファンダメンタル ミックス	12:30 Marie ファンダメンタル ベーシック	10:30 Izumi リストラティブ		12:35 Yoriko ファンダメンタル★ ベーシック		10:30 Jun ファンダメンタル ミックス
		20:05 Kaoru ファンダメンタル ミックス		20:10 Naomi リストラティブ		15:50 Midori ファンダメンタル★ ベーシック
23	24	25	26	27	28	29
11:00 Koto ファンダメンタル ベーシック	12:30 Marie リストラティブ	10:30 Izumi ファンダメンタル★ ベーシック		12:35 Yoriko ファンダメンタル ミックス		10:30 Jun リストラティブ
		20:05 Kaoru ファンダメンタル★ ベーシック		20:10 Emiko ファンダメンタル ベーシック		15:50 Midori ファンダメンタル ミックス
30						
11:00 Nozomi ファンダメンタル ミックス						

ファンダメンタルベーシック リストラティブ
⇒ 初めての方でも参加OK!
ファンダメンタルミックス
⇒ ベーシックを3回以上受講してからご参加ください。

★ 新規体験枠があるクラスです。